Nr. 3. Cena 50 gr.

MŁODA MATKA



DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT 7-MIU

Pismo popierane przez Polskie Towarzystwo Pedjatryczne.

ROK I. NR. 3.

MŁODA MATKA

Dwutygodnik

poświęcony zdrowiu i wychowaniu dziecka do lat 7-miu

popierany przez Polskie Towarzystwo Pedjatryczne.

PIERWSZY ZESZYT MAJOWY 1927 ROK

Redakcja i administracja, Al. Ujazdowskie 32 m. 1, tel. 130-46.
Konto P. K. O. 14555.

MATKA I DZIECKO

Bardzo często zdarza się, że matka zadowolona ze swego dziecka do pewnego wieku, zachwycająca się niem skrycie czy jawnie, nagle zmienia o niem zdanie, przestaje się zachwycać, widzi wady, których dawniej nie dostrzegała, cechy charakteru, które w niej budzą niechęć. Stwierdza wtedy: jakże się to dziecko zmieniło! Przedtem było przecież inne, zupełnie inne!

Nie. Nie było inne. Tylko, co było zabawne lub miłe w dziecku małem, jest rażące w starszem.

Świadomość, że dziecko, to przyszły człowiek, którego charakter do pewnego stopnia określi atmosfera moralna, otaczająca go w dzieciństwie, budzi się w duszy matki często zbyt późno. W pierwszym okresie dzieciństwa stosunek matki do dziecka wyczerpuje się w pozbawionej troski o przyszłość radości, a bezradność i słabość dziecka, każe matce wyłącznie troszczyć się o zdrowie. Ten stan rzeczy określa się często nieco przesadnem, ale nie pozbawionem słuszności powiedzeniem, że matka bawi się raczej dzieckiem, niż je wychowuje. Możnaby powiedzieć, że bawi się w matkę.

Np.: Dziecko niezręcznie kłamie, nie przyznając się do winy. Robi to tak śmiesznie, że matka zamiast zwrócić uwagę, że jest to pewnym zaczątkiem poważnej wady charakteru — śmieje się. W kilka lat później, sama lub z pomocą otoczenia, stwierdza, że dziecko kłamie, że nie ma odwagi przyznać się do popełnionej winy. — I już się nie śmieje.

Dziecko opowiada, wymyśla nieprawdopodobne historje, których jest bohaterem. Matka i otoczenie śmieje się pobłażliwie, lub nawet z zachwytem. W kilka lat później, matka i otoczenie z przykrością widzą, że dziecko wyrasta na „blagiera“, nie kontroluje słów swoich, nie ma poczucia odpowiedzialności za to, co mówi.

Matka przy dziecku nie krępuje się, sądzi, że dziecko wielu rzeczy nie rozumie, lub nie zwraca na nie uwagi. Mówi źle i nieżyczliwie o ludziach, niechętnie o biednych, brzydkich, czy chorych, pogardliwie o że-

brakach. Potem z przykrem zdziwieniem dostrzega, że dziecko, starsze już, jest nielubiane przez otoczenie. Dlaczego? — Jest nieżyczliwe dla otoczenia, mówi źle o kolegach czy koleżankach, jest niedobre dla słabszych, „pyszni się“ wobec biedniejszych czy mniej zdolnych. Przejęło wady matki, wyolbrzymiło je, wychowało się na nich i stały się jego naturą. To, co u matki mogło wypływać nie z charakteru, ale z pewnych przykrych doświadczeń życiowych, z rozgoryczenia, często nawet tylko chwilowego, z chwilowego rozdrażnienia czy nieopanowania nerwowego, stało się w dziecku jego zasadniczym stosunkiem do świata, jego stałem usposobieniem, naturą, charakterem.

Gdyby więc matka, od najmłodszych lat dziecka, każdy przejaw jego charakteru, czy usposobienia starała się zrozumieć, uświadomić sobie, by wiedzieć, jakich cech zarodki w sobie zawiera, gdyby kontrolowała siebie w obecności dziecka i wpływ, jaki nań wywiera — iluż niespodzianek przykrych uniknęłaby w przyszłości!

Matka przyrzeka coś dziecku, ot tak sobie, bezmyślnie, lub aby przestało nudzić i naprzykrzać się. Dziecko uczy się lekceważyć obietnice i przyrzeczenia nietylko matki, ale i własne.

Dziecko pyta się o wiele rzeczy, których nie rozumie, a które trudno lub nie można wytłumaczyć, zanudza pytaniami, nie odstępuje. Matka odpowiada aby zbyć, pierwsze lepsze kłamstwo, które się nasunie, lub poprostu „nie nudź“. Dziecko traci zaufanie do matki, przestaje się pytać o rzeczy, któremi się interesuje, które absorbują w danej chwili jego świat myśli, a przez to matka traci kontakt z życiem duchowem swego dziecka, traci możność wpływu na jego rozwój.

Matka lekceważy, czy źle traktuje służącą, szwaczkę, kominiarza, czy stróża. Dziecko uczy się lekceważyć ludzi pracy, pogardzać pewnemi rodzajami pracy. Nic nie pomogą potem nauki matki i tak często powtarzane przykazania, że „praca uszlachetnia“, że „żadna praca nie hańbi“ Dziecko już wie i zapamięta znacznie lepiej niż słowa fakt, że jest inaczej. Postępowanie o wiele bardziej działa na dziecko, niż słowa, za któremi nic w życiu rzeczywistem nie przemawia.

Dziecko, które nie zetknęło się jeszcze ze złą i brzydką stroną życia otoczone zawsze osobami kochającemi je i życzliwemi, pełne jest ufności w stosunku do wszystkiego i wszystkich. To dopiero matka i otoczenie, przedwcześnie i niepotrzebnie w przesadnej o dziecko trwodze, uczy je, że trzeba być ostrożnem, że nie należy ufać obcym i nieznanym ludziom. I miejsce ufnej pogody w stosunku do otoczenia, zajmuje podejrzliwa obawa krzywdy. Ta podejrzliwość w stosunku do otoczenia, trwa dłużej niż słabość i niedołęstwo wieku dziecinnego. Jakże często spotykamy ludzi dojrzałych, wiecznie podejrzewających o złe intencje otoczenie, zawsze zatrwożonych, czy nie wyrządzą im krzywdy, ciągle na straży swego bezpieczeństwa, czy godności. Nie trzeba chyba dowodzić, że tacy ludzie, nie mogą być nigdy szczęśliwi.

Możnaby tak piętrzyć przykład za przykładem. Jakiż wniosek ogólny wysnuć z tego należy?

Gdyby matka powiedziała sobie: chcę wychować człowieka dobrego. Poprostu dobrego. Takiego, któremu będzie dobrze i z którym otoczeniu będzie dobrze, człowieka uczciwego, rzetelnego, kochającego świat i ludzi; ale jednocześnie silnego, którego dobroć nie będzie zarazem synonimem słabości, podatnej do wyzysku przez otoczenie; chcę wy-

chować człowieka, z którego będę dumna, nie ze stanowiska, karjery czy majątku, jakie zdobędzie w życiu, bo to rzeczy przemijające i zawodne, ale z charakteru, którym się szczycić będę mogła.

Gdyby ten cel postawiły sobie matki w wychowaniu dziecka, baczną uwagę zwróciłyby od najmłodszych lat na rozwój charakteru.

Można odpowiedzieć na to: dziecko przychodząc na świat, przynosi z sobą pewne określone cechy charakteru, a ciągła walka z wrodzonemi skłonnościami spowodować może tylko zabicie indywidualności odrębnej, wogóle więcej szkody niż pożytku.

Tak. To wszystko prawda. Ale tu chodzi nie o łamanie, o walkę z pewnemi określonemi cechami charakteru wrodzonemi, odziedziczonemi przez dziecko, ale raczej o niedopuszczenie do rozwoju cech ujemnych i o pomoc w rozwoju wrodzonych cech dodatnich.

Można przeprowadzić analogję między współżyciem duchowem rodziców i dziecka, a ich współżyciem fizycznem.

Tak jak dziecko nie dziedziczy po rodzicach gruźlicy, tylko pewną skłonność, podatne usposobienie, tak nie dziedziczy wad, czy wogóle określonych cech charakteru, a pewną do nich skłonność. I tak, jak dziecko rodziców gruźlicznych, nie chronione specjalnie, częstokroć zaraża się od nich, tak pewne wrodzone skłonności charakteru w zetknięciu ciągłem z temi samemi cechami charakteru rodziców rozwijają się często do rozmiarów zastraszających.

I tak, jak można w dziecku skłonnem do gruźlicy, nie dać się tej skłonności rozwinąć przez odpowiednią dbałość o zdrowie dziecka, można też nie dać rozwinąć się pewnym, wrodzonym skłonnościom charakteru dziecka przez odpowiednie wychowanie. Tak, jak należy dbać o to, by dziecko nie zaraziło się od rodziców gruźlicą, tak samo dbać o to należy, by nie przejęło się pewnemi charakterystycznemi wadami rodziców.

Dla dobrego więc spełnienia obowiązku wychowania dziecka, matka starać się musi nietylko o poznanie jego duszy, ale i o poznanie własnej, o świadomość i właściwą ocenę własnych cech charakteru. Jeśli do tego dodać umiejętny rozwój wrodzonych cech dodatnich w charakterze dziecka — to osiągnąć można wielkie rezultaty i wychować ludzi o prawdziwie pięknych i szlachetnych charakterach.

Cz. Wojeńska.



PLOTECZKI MACIERZYNSKIE

Ojciec, namówiony przez mamę, upomina, wychodząc do biura, pięcioletniego Jacusia:

Jacusiu, proszę się bardzo grzecznie ubierać i myć, bo „tak" już dłużej być nie może. Jak wrócę z biura, to mi powiesz, czyś był grzeczny.

Jacuś jest całe przedpołudnie bardzo niegrzeczny. Ojciec wraca. Przy obiedzie, w chwili zupełnej ciszy zapytuje.

Jacusiu? Byłeś grzeczny?

Jacuś milczy.

Jacusiu, jak było z grzecznością?

Jacuś: (z determinacją) byłem grzeczny.

Po obiedzie rozmowa z mamą na kolanach, serce przy sercu, do ucha:

Jacusiu, dlaczego nie powiedziałeś prawdy?

„Bo prawdę powiedzieć jest bardzo nieprzyjemnie, a nieprawdę powiedzieć jest przyjemnie. No, to ja powiedziałem nieprawdę“!

— — — — — — —

O, niewinne narodziny grzechu! Rodzice stworzyli dla dziecka sytuację, zamocną na jego wrażliwość Dziecko obroniło się w ten sposób, że powiedziało nieprawdę. Wyznało to potem matce w pieszczocie, umiało nazwać po imieniu przyczynę, puściło promyk na tysiączne, zacieżkie dla dusz dziecięcych momenty!

Ojciec, wychodząc do teatru, upomina 4-letniego Witusia: „Witeczku, już nie bzikuj, dosyć na dzisiaj, trzeba się zbierać do spania“. Przypomina sobie coś, i cofa się od drzwi.

Witeczek: no, Tatusiu, idź prędzej!...

Ojciec: Dlaczego?

W.: Bo jak pójdziesz, to ja będę bzikował...

Stasieczku! nie rzucaj kamieniami w ptaszki. One się boją tego olbrzyma Stasieczka. Żeby tak na ciebie ktoś polował?

Stasiek ma wielką ochotę na polowanie, ale trochę czuje walor argumentów matki. Waha się, po chwili.

Eh! Bozia nie lubi męczenia zwierząt, to mi nie da trafić!

TRZECI LIST DO MAMUSI

w sprawie odry

Jednak już w okresie zwiastunów lekarz często może rozpoznać odrę na zasadzie dwóch swoistych objawów: wykwitów małych czerwonych plamek na miękkiem i twardem podniebieniu oraz na zasadzie t. zw. plamek Koplik - Fiłatowa,—białych plamek na czerwonem tle na wewnętrznej stronie policzków, najczęściej w okolicy przednich zębów trzonowych.

Na 14 dzień zjawia się początek wysypki odrowej przedewszystkiem na szyi, za uszami, później na twarzy, a następnie dopiero na drugi — trzeci dzień na tułowiu i kończynach. Wysypka odrowa występuje w postaci czerwonych, nieco wznoszących się nad powierzchnią skóry, plam szybko zwiększających się zarówno co do ilości, jak i co do wielkości. Wysypywaniu wysypki towarzyszy zazwyczaj gorączka, często dochodząca do 39 — 40 stopni.

Po 3 — 5 dniach wysypka blednie gorączka spada i występuje kilkodniowe nieobfite otrębowate łuszczenie, a na miejscu plam jeszcze przez kilkanaście dni, a nawet i dłużej, można stwierdzić brunatne zabarwienie skóry.

Gorączka w dalszym przebiegu, o ile nie występują powikłania, nie powinna się podnosić.

Kiedy odra jest zaraźliwa?

Najbardziej w okresie zwiastunów przed wysypką; podczas okresu wysypki zaraźliwość odry szybko zmniejsza się, a po wysypce wraz ze spadkiem ciepłoty odra przestaje być zaraźliwą.

Po tem przedstawieniu w krótkich zarysach przebiegu odry zrozumiałą się stanie cała trudność walki z tą chorobą.

W szerzeniu się odry główną rolę grają szkoły i wszelkie za-

kłady dla dzieci przychodzących, jak żłobki, ochrony. Świadczy o tem chociażby fakt, że wraz z rozpoczęciem się wakacyj, zazwyczaj bardzo szybko zanikają epidemje odry. Dziecko szkolne przynosi zarazę do domu i zaraża swe młodsze rodzeństwo: szkoła rozsiewa odrę, a rodzina ją pomnaża.

Najważniejszą rzeczą w walce z odrą jest wczesne rozpoznanie choroby: im wcześniej rozpoznana będzie choroba, a co za tem idzie im wcześniej chory będzie odosobniony od zdrowych, tem pewniej można ochronić pozostałe dzieci od zakażenia.

Wobec tego, że — jak wyżej powiedziałem — odra jest najbardziej zaraźliwa w okresie zwiastunów, t. j. najczęściej w ciągu 3 — 5 dni przed wysypką, odosobnienie chorego dopiero podczas wysypki jest zazwyczaj spóźnione, gdyż chory zdążył już zarazić poprzednio inne dzieci ze swego otoczenia. Jednak, jak zaznaczyłem wyżej, lekarz może często rozpoznać odrę w okresie zwiastunów i dlatego w razie wystąpienia u kogokolwiek z dzieci wyżej wyliczonych objawów (kataru, kaszlu, zaczerwienienia oczu, łzawienia, podniesienia ciepłoty i t. p.) należy zawezwać lekarza, któryby ustalił rozpoznanie choroby. Zwłaszcza powinna to uczynić matka, posiadająca dzieci drobne lub dzieci zagrożone gruźlicą, które należałoby jaknajwcześniej oddzielić od dziecka chorego.

O każdym przypadku odry u dziecka, chodzącego do szkoły lub innego zakładu wychowawczego, szkoła powinna być niezwłocznie zawiadomiona; lekarz szkolny lub zakładowy obowiązany jest każdemu dziecku z klasy w ciągu 14 dni po przypadku odry codziennie oglądać jamę ustną w celu stwierdzenia pierwszych zwiastunowych objawów choroby i natychmiastowego odosobnienia dzieci podejrzanych o odrę.

Również pożądaną byłoby rzeczą, aby i rodzice dzieci, uczęszczających do klasy, w której zdarzył się przypadek odry, byli o tem powiadamiani, a to w tym celu, żeby zwracali baczną uwagę na stan zdrowia swych dzieci i w razie wystąpienia u nich w ciągu 14 dni wyżej wyliczonych początkowych objawów, nie posyłali ich do szkoły lub ochrony.

O ile rodzice mają drobne dzieci lub dzieci, zagrożone gruźlicą, najlepiej uczynią, jeżeli po otrzymaniu wiadomości o odrze w klasie, w ciągu 14 dni od ostatniego przypadku nie będą posyłali do szkoły dzieci które dotąd odry nie przechodziły.

Prócz szkół do szerzenia się odry w znacznej mierze przyczyniają się źle urządzone i prowadzone ambulatorja dziecięce. Czekając na poradę we wspólnej poczekalni, dzieci wzajemnie się zakażają. O ile wśród oczekujących dzieci znajdzie się przypadek odry, może w ciągu kilkunastu minut nastąpić zakażenie wszystkich wrażliwych na odrę dzieci.

W pewnem ambulatorjum dziecięcem w Warszawie stwierdzono, że 1 przypadek odry, przebywający w ogólnej poczekalni z innemi dziećmi, wywołał małą epidemję odry: z jednego źródła powstało 26 przypadków odry. Dlatego też wszelkie ambulatorja dziecięce powinny być należycie zorganizowane, t. j. przy wejściu dzieci powinny być oglądane i sortowane na zakaźne i niezakaźne: dzieci z chorobami zakaźnemi powinny być przyjmowane w oddzielnych pokoikach - celkach, do wspólnej zaś poczekalni mogą być kierowane tylko te dzieci, u których badanie wstępne nie wykazało żadnych objawów choroby zakaźnej. Ale i te środki nie zawsze zabezpieczają

przed zakażeniem, najlepiej więc do dzieci, podejrzanych o chorobę zakaźną, jak w danym przypadku o odrę, wzywać lekarza do domu; nie wolno chodzić z dzieckiem, chorem na odrę lub inną chorobę zakaźną, do mieszkania lekarza ani do ambulatorjum, gdyż podczas wizyty można zarazić inne, oczekujące na poradę, dzieci i zakazić gabinet doktora lub pomieszczenie ambulatoryjne.

Gdyby wszyscy rodzice postępowali zgodnie z podanemi wskazówkami, a zwłaszcza dążyli do wczesnego rozpoznania choroby i wczesnego odosobnienia chorego, gdyby dozór higjeniczno - lekarski we wszystkich szkołach i zakładach wychowawczych był należycie zorganizowany, gdyby ambulatorja dziecięce były odpowiednio urządzone i prowadzone, udałoby się o wiele częściej, niż obecnie, ochronić dzieci — zwłaszcza drobne i zagrożone gruźlicą — od odry, tej złowrogiej dla nich choroby.

Że walka z odrą przy szybkiem odosobnieniu chorych nie jest beznadziejną, dowodzi doświadczenie szpitala im. Karola i Marji dla dzieci. W szpitalu tym na 100 przypadków odry, zawleczonych na oddziały, udało się w 67 przypadkach odrazu zahamować odrę, czyli nie dopuścić do szerzenia się epidemji na pawilonie wśród chorych dzieci.

W ostatnich latach medycyna została wzbogacona nowym środkiem walki z odrą: za pomocą zastrzykiwań surowicy ozdrowieńców poodrowych w pierwszych 3 — 5 dniach po zakażeniu można z całą prawie pewnością nie dopuścić do rozwinięcia się odry u zakażonego dziecka. Niestety, surowicę ozdrowieńców zdobyć bardzo trudno i dlatego metoda ta może znaleźć zastosowanie tylko w szpitalach i w zakładach, przeznaczonych dla małych dzieci.

Doc. Dr. Wł. Szenajch.



CHOROBY ZAKAŹNE A GRUŹLICA WIEKU DZIECIĘCEGO

Gruźlica, jak wiemy, jest długotrwałą walką ustroju z zarazkiem gruźliczym. Wynik tej walki zależy w znacznej mierze od sił obronnych ustroju, od jego odporności. O ile odporność z tych lub innych powodów ulega obniżeniu, choroba zaczyna szerzyć się w ustroju. Wiemy, że niedożywianie, wyczerpanie fizyczne i psychiczne, praca w niehigjenicznych warunkach, złe warunki mieszkaniowe, są to czynniki, które w znacznej mierze osłabiają odporność i mogą się przyczynić do uruchomienia sprawy gruźliczej w ustroju, która dotychczas „drzemała" w ustroju. Pewne choroby zakaźne jednak posiadają zdolność wybitnego obniżania od-

porności przeciwgruźliczej. Do tych chorób zaliczamy w pierwszym rzędzie odrę, krztusiec (koklusz) i influenzę. O ile odra w szeregu przypadków przebiega niezwykle łagodnie i nie nasuwa lekarzowi żadnych obaw, to jednak w bardzo licznych przypadkach, może ona pociągnąć za sobą groźne, często nawet fatalne następstwa. Lekarz zazwyczaj nie obawia się odry u dziecka zdrowego. nie wyniszczonego poprzedniemi chorobami; natomiast wręcz przeciwnie przedstawia się sprawa u dzieci zakażonych gruźlicą. Przed wystąpieniem odry, pomiędzy ustrojem a zarazkiem gruźlicy istniała pewna równowaga, zarazek pozostawał względnie nieszkodliwym pasorzytem. Lecz dziecko zakaziło się odrą i obraz raptownie zmienił się. Odra bowiem, będąc względnie łagodnem cierpieniem, sama przez się, posiada wybitną zdolność obniżania odporności przeciwgruźliczej. Zarazek gruźliczy napotyka obecnie mniejsze przeszkody do szerzenia się w ustroju. Utajona gruźlica przeistacza się w gruźlicę czynną. Fatalne skutki odry niestety widujemy bardzo często. Widzimy więc jak często odra poprzedza gruźlicze zapalenie opon mózgowych, jak powstaje gruźlica płuc po odrze, przebieg której nie nasuwał rodzicom poważniejszych obaw. Odra minęła. dziecko pozornie wyzdrowiało, lecz zostało uruchomione zakażenie gruźlicze, które w szeregu przypadków może być przyczyną śmierci dziecka Odra jest to choroba bardzo rozpowszechniona we współczesnych społeczeństwach, omal że wszyscy zapadają na tę chorobę. O całkowitem więc uniknięciu tej choroby w większości przypadków trudno mówić, lecz należy pamiętać o tem, że w pewnych okresach życia odra może pociągnąć za sobą niebezpieczeństwo uogólnienia sprawy gruźliczej. Dzieci więc zakażone gruźlicą i wykazujące najmniejsze objawy czynnej sprawy gruźliczej, winne być czujnie strzeżone przed zakażeniem się odrą. Szczególnie dotyczy to dzieci pierwszych lat życia, zakażonych gruźlicą.

Celowe więc wprost zakażanie odrą reszty rodzeństwa przy wystąpieniu odry u jednego z dzieci może pociągnąć za sobą bardzo niepożądane skutki. „Dziecko i tak musi kiedyś zachorować na odrę, niech więc odrazu wszyscy przechorują“ — jest to rozumowanie rodziców napotykane nawet i obecnie. Dziecko zostaje położone do wspólnego łóżka z dzieckiem chorem, lub celowo nie zostaje izolowane od chorego. Następuje zakażenie odrą, odra mija, lecz w ślad za tem występuje często ciężkie schorzenie gruźlicze. Uniknięcie zaś odry w danym okresie zmniejszonej odporności przeciwgruźliczej, uratowałoby dziecko od śmierci. To dziecko w przyszłości kiedyś zachorowałoby na odrę, lecz miałoby to miejsce w okresie większej odporności i dziecko pozostałoby przy życiu. Dużem więc zwycięstwem medycyny zapobiegawczej są ochronne szczepienia przeciwodrowe. Racjonalna ochrona dzieci przed zakażeniem się odrą wchodzi również w zakres współczesnej akcji przeciwgruźliczej.

W mniejszym może stopniu niż w odrze odporność przeciwgruźlicza zostaje obniżona przez krztusiec. W szeregu jednak przypadków musimy przyjąć krztusiec, jako przyczynę, która uruchomiła nieczynną dotychczas sprawę gruźliczą. Unikanie więc zakażenia się dziecka kokluszem również jest podyktowane obawą przed gruźlicą.

Influenza (grypa) w szeregu przypadków może również przyczynić się do wystąpienia czynnej gruźlicy. Należy więc w czasie epidemji influenzy dbać o to, aby dziecko, zakażone gruźlicą, nie stykało się z osobnikami, wykazującemi objawy nieżytowe dróg oddechowych (Nieżyty nosa

nieżyty oskrzeli i t. d.). W pierwszym rzędzie należy mieć tu na względzie dzieci pierwszych 2—3 lat życia, oraz dzieci starsze, wykazujące już objawy schorzenia gruźliczego. Zaznaczam jednak, że strach przed grypą nie może pociągać za sobą zamknięcie dziecka na cały czas trwania epidemji w domu; influenza nie powstaje na skutek „zaziębienia się“, lecz jak szereg innych chorób zakaźnych na skutek bezpośredniego zetknięcia się z osobnikiem chorym.

Dr. S. Popowski.



O WYJAZDACH LETNICH

(Ciąg dalszy).

Po omówieniu dziedziny Bałtyckiej, jej klimatu i wskazań leczniczych, zajmiemy się pokrótce dziedziną śródpolską, która jest najobszerniejsza. Ciągnie się ona od Pomorza do łańcucha gór Karpackich na południu i od Odry aż po granicę wschodnią Rzeczypospolitej.

Mamy tu do czynienia z klimatem lądowym. Dzięki wpływowi wiatrów atlantyckich różnice ciepłoty są tu naogół niewielkie, a ilość opadów atmosferycznych zależna od wzniesienia nad poziomem morza. Działanie lecznicze klimatu lądowego sprowadza się do wpływu światła, powietrza, wolnego od pyłu, a w miejscowościach, pokrytych lasami szpilkowemi, dołącza się wpływ zapachu żywicy.

Pobyt w klimacie lądowym wskazany jest dla osobników, których nie chcemy poddać silnym bodźcom klimatu nadmorskiego lub górskiego, a zatem dla dzieci wątłych, wycieńczonych chorobami zakaźnemi, cierpiących na częste nieżyty górnych dróg oddechowych. W ostatnim wypadku dobroczynnie działa już sam wyjazd z miasta, pełnego kurzu i dymu.

Jakkolwiek lecznicze działanie słońca i powietrza, jakie otrzymujemy, stosując kąpiele powietrzne i słoneczne, dotyczy w większej mierze miejscowości nadmorskich, a jeszcze bardziej wysokogórskich, to jednak omówimy je przy opisie dziedziny śródpolskiej. Tutaj zabiegi te posiadają główne działanie lecznicze, podczas gdy w innych dziedzinach lub miejscowościach zdrojowych mamy jeszcze szereg bodźców leczniczych.

Kąpiel słoneczna jest zabiegiem promienio- i ciepłoleczniczym. Miejsce przeznaczone na kąpiel powinno mieć dużą przestrzeń, suche podłoże i zaciszne położenie. W naszym klimacie kąpiel słoneczną bierze się między 10 rano a 6 pp. Czas trwania wynosi od kilku do kilkudziesięciu minut. Zależy to od pogody, wiatru, a zwłaszcza od przyzwyczajenia dziecka. Podczas kąpieli głowa powinna być osłonięta, a oczy ochronione ciemnemi szkłami. Dzieciom wrażliwym zaleca się zimny okład na głowę. Pamiętać należy, że pozostawanie w kąpieli słonecznej przez czas dłuższy, zanim wytworzyła się opalenizna, może spowodować ciężkie za-

chorzenie skóry. Co się tyczy kąpieli powietrznej, to jest ona ćwiczeniem w regulowaniu utraty ciepła przez ustrój dziecka. Mamy więc tu do czynienia z zabiegiem, zasadą którego jest noszenie lekkich, przewiewnych ubrań przez większą część dnia, gdy ciepłota powietrza jest wyższa od 15° C. Kąpiel powietrzna jest znakomitym środkiem do zahartowania organizmu dziecięcego. Wartość kąpieli słonecznych i powietrznych jest wysoce ceniona w miejscowościach górskich i podgórskich, natomiast całkowicie niemal zapoznana w klimacie nizinnym. Przejdźmy zkolei do omówienia klimatu górskiego i jego znaczenia leczniczego.

Klimat wysokogórski, t. j. na wysokościach około 1000 metrów nad poziomem morza, posiada swoisty wpływ na ustrój ludzki, dzięki zmniejszonemu ciśnieniu powietrza, stąd jego rozrzedzeniu, dzięki większej ilości godzin słonecznych, obfitości promieni pozafiołkowych i obecności emanacji radu.

Znany jest ogólnie wpływ klimatu górskiego na narządy krążenia i oddychania. Dzięki niemu spostrzegamy pogłębienie oddechu oraz zwiększenie wydajności pracy mięśnia sercowego.

Uwzględniając wpływ powietrza na narząd oddechowy znajdujemy wskazania do pobytu wysokogórskiego przy słabym rozwoju kośćca i mięśni klatki piersiowej dla ozdrowieńców po zapaleniu płuc i opłucnej, oraz dla chorych na dychawicę. czyli astmę. Przeciwwskazanym jest pobyt w klimacie wysokogórskim jedynie w wypadkach schorzeń mięśnia sercowego. Wybitny jest wpływ klimatu wysokogórskiego na narządy krwiotwórcze, na odnowę krwi. oraz na przemianę materji. Dlatego też możemy z powodzeniem wyzyskać wpływ klimatu górskiego, zalecając pobyt w nim osobnikom wycieńczonym przez wyczerpujące choroby zakaźne u dzieci z wątłym rozwojem układu mięśniowego oraz w celach odtłuszczających.



Popradzki Staw.

Pamiętać należy, że klimat wysokogórski jest szkodliwy w ciężkich postaciach posuniętej gruźlicy płuc, bardzo wskazanym natomiast jest w gruźlicy stawów i kości.

Charakter łańcucha górskiego, a zwłaszcza dolin, oraz położenie najwyższych osiedli ludzkich warunkuje powstanie uzdrowisk klimatycznych. Stacyj wysokogórskich, t. zw alpejskich, ponad 1200 metrów Polska nie posiada. Mamy cały szereg natomiast miejscowości w strefie podalpejskiej, t. j. powyżej 700 metrów nad poziomem morza.

Przedewszystkiem wymienić należy okolicę Podhala, położone na południowym stoku wzniesienia gubałowskiego. Na równinie pod Tatrami leży Zakopane (900 metrów nad poziomem morza), a wzniesienie gubałowskie jest dlań zasłoną od północy. Sanatorjum na Gubałówce (1050 m.) jest najwyższą i najlepiej położoną stacją w Polsce.

Zakopane jest to całoroczna stacja klimatyczna górska. Hotele, pensjonaty i wille prywatne mieszczą około 8—10 tysięcy osób naraz: chorych, letników i turystów. Ze względu na możliwość zetknięcia się z chorymi gruźlicznymi należy być ostrożnym, gdy chodzi o dzieci wycieńczone ciężkiemi chorobami niegruźlicznemi.

Przy wyborze pensjonatu należy się upewnić, czy niema w nim chorych na gruźlicę lub dla zachowania wprowadzających w błąd pozorów nazywających się ozdrowieńcami. chorymi na katar oskrzeli i t. p.

Dr. Paweł Baumryter.

d. c. n.



ZABIEGI

I. Kąpiel gorąca z oblewaniem.

Zanurzamy dziecko po szyję do wody o ciepłocie 38° C., podnosząc jej ciepłotę przez ostrożne dolewanie wody gorącej do 40° C. Zanurzone dziecko należy zlekka rozcierać. Następnie unosimy nieco ponad powierzchnię wody jego tułów i wylewamy szybko na plecy i piersi parę szklanek wody letniej o ciepłocie 25—28° C. Następnie znowu należy zanurzyć dziecko po szyję do wody i rozcierać. Procedurę można powtórzyć parokrotnie. Czas trwania kąpieli 3—5 minut. Kąpiel z oblewaniem wywołuje głębokie oddechy i lepszą wentylację płuc; chore dziecko uspokaja się, chętniej przyjmuje pokarm i zasypia.

II. Gorąca kąpiel lecznicza.

Kąpiel ciepła, stosowana w sprawach zapalnych płuc, powinna mieć ciepłotę około 37° Cels. Po zanurzeniu w kąpieli dziecka można dodać ostrożnie wody gorącej, tak, aby termometr wskazał 40° Cels. W kąpieli należy dziecko lekko rozcierać. Kąpiel trwa krótko — 3—5 minut; dziecko należy szybko osuszyć i ułożyć do uprzednio ogrzanego łóżeczka. Nie wolno oceniać ciepłoty wody za pomocą ręki, lecz tylko za pomocą ciepłomierza. Ciepłota, którą z łatwością znosi ręka, może się okazać zbyt wysoką.

Dr. J. Wiszniewski.

Z obcej literatury pedagogicznej.

SWOBODA

według art. B. Cousinet, współred. czasop. pedagog. „La Nouvelle Education".

To zagadnienie, które zawsze zajmowało umysły psychologów, staje i przed pedagogami, zwłaszcza od chwili, gdy postawili swobodę, jako podwalinę wszelkich systemów wychowania. Głosimy na wsze strony, że trzeba dać dzieciom swobodę, a okazuje się na każdym kroku, że wcale nie rozumiemy istotnego znaczenia tego wyrazu, a na wyraźne pytanie, co przez tę swobodę rozumiemy — dajemy odpowiedzi bardzo różne, a częstokroć mętne.

Trzeba jednak dokładnie zdać sobie sprawę z tego pojęcia, które jest obecnie podstawą pedagogji. Sprawa to niełatwa, a artykuł niniejszy niech będzie pierwszym krokiem do jej wyjaśnienia.

Jako punkt wyjścia najlepiej będzie wziąć najbardziej znaną, najprostszą definicję. Powiedzcie laikowi, że chcecie dać dzieciom swobodę, a zapyta was natychmiast, czy macie zamiar pozwolić im robić wszystko, co im się podoba, na co, oczywiście doświadczony wychowawca odpowie, że nigdy nie miał zamiaru iść aż tak daleko, i że o innej swobodzie myśli A jednak, czy to określenie tak nieskomplikowane, tak proste, pierwsze, które każdemu, a zwłaszcza dzieciom, na myśl przychodzi, nie może nas niczego nauczyć? Zauważamy przedewszystkiem, że pozwolić dzieciom robić to, co same chcą, nie znaczy bynajmniej pozwolić im robić cokolwiek, bo one wcale nie chcą czegokolwiek. Jeżeli przypuszczamy, że one robią to, co same chcą — temsamem przypuszczamy, że one czegoś chcą, a idąc jeszcze krok dalej — że istnieje to coś, czego one pragną. Istnieje jednak wyraźna różnica między pojęciem „chcą czegoś", a pojęciem — „jest coś, czego chcę". Aby można było pozostawić dzieciom swobodę robienia tego, co chcą, trzeba, aby one najpierw umiały chcieć, a następnie, aby miały co chcieć. Tylko bowiem przy zachowaniu tych dwu warunków nabiera ten tak powszechnie znany frazez logicznego znaczenia. Zdaje mi się, że oddaliliśmy się dostatecznie od anarchji która wydawała się nieuchronną towarzyszką powyższej definicji swobody — tak, że nie potrzebujemy już obawiać się ani samej definicji, ani tych, którzy na nas za nią gromy rzucali.

Jeżeli doszliśmy do przekonania że dać dzieciom swobodę, znaczy pozwolić im robić to, czego same chcą to jednym logicznym wnioskiem powyższego będzie, że musimy je postawić w takich warunkach, aby istniało to coś, czego one pragną; inaczej damy im nie swobodę, a jej su-

rogat — i wówczas nie nadużycie swobody będzie przyczyną tych katastrof, na które powołują się wiecznie wrogowie dziecka.

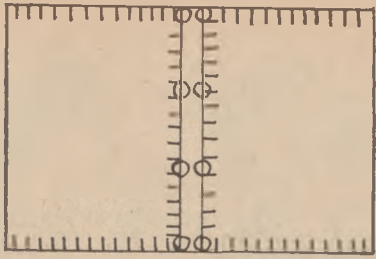
Pozostawmy dziecko na środku pustyni, lub co się częściej zdarza a wychodzi na jedno, w pokoju szkolnym, w którym ono się nudzi, i powiedzmy mu, że może robić, co mu się podoba, a będziemy mieli napewno sposobność uskarżać się, że zrobiło zły użytek z tej mniemanej swobody, a raczej że żadnego użytku z niej nie uczyniło. Ono żadnej swobody nie miało. Co to znaczy gdy my, dorośli, mówimy, że mamy swobodę? Nie znaczy to przecież aby nas w dalszym ciągu nie krępowały więzy społeczne, bo one przecież w każdej chwili ciążą na nas ale znaczy to, że mamy możność pragnąć, chcieć — najrozmaitszych rzeczy, między któremi możemy wybierać! mogę więc czytać poemat. pisać artykuł, reperować rower. — I to jest ta prawdziwa, ta istotna swoboda, którą trzeba dać dzieciom Czyż nie dlatego robią dzieci tyle głupstw, że zamiast robić to, co chcą robią właśnie nie to, czego chcą; nie postawiono ich w warunkach takich aby miały co chcieć. Gorzka to ironja, gdy ojciec, zajęty czytaniem kurjera mówi do syna: „Zostaw mię na chwilę w spokoju i rób, co ci się podoba“, wówczas, gdy ten syn nie ma do swego rozporządzenia ani książek dla siebie odpowiednich, ani ołówków i farb, ani łopaty czy młotka. A jeżeli będzie czytał książkę zakazaną, gdy zepsuje zegar lub podrażni psa — nie należy z tego wyprowadzać wniosku, że robi głupstwa, bo mu ojciec pozwolił robić to co mu się podoba, lecz że mu ten ojciec nie dał możności robić nic z tego, czego on chce naprawdę. Możecie być pewni, że nie chciał czytać książki, która go wcale nie zajmowała, ani psuć zegarka, ani nękać spokojnego psa. On chciał zupełnie czego innego, a tego mu nie dano Pozostawiono mu swobodę robić cokolwiek, a tego on właśnie nie chciał. Ta „swobodna istota“ — to najnędzniejszy niewolnik.

Spróbujemy jeszcze raz sformułować nasze zagadnienie. Pozostawić dzieciom swobodę, nie znaczy to bynajmniej wydać je na łup anarchji ich własnych, rozstrzelonych instynktów. Przeciwnie, znaczy to przypuszczając, że zdolne są do pewnych aktów woli, postawić je w takich warunkach, aby było to coś czego one chcą, ta materja, na której wyładują całą swą oswobodzoną energję. Nie sądzę, aby ta konkluzja była jakiemś wiekopomnem odkryciem, trzeba jednak wiedzieć, że możemy nadać temu wyrazowi „swoboda“ jego pełne znaczenie.

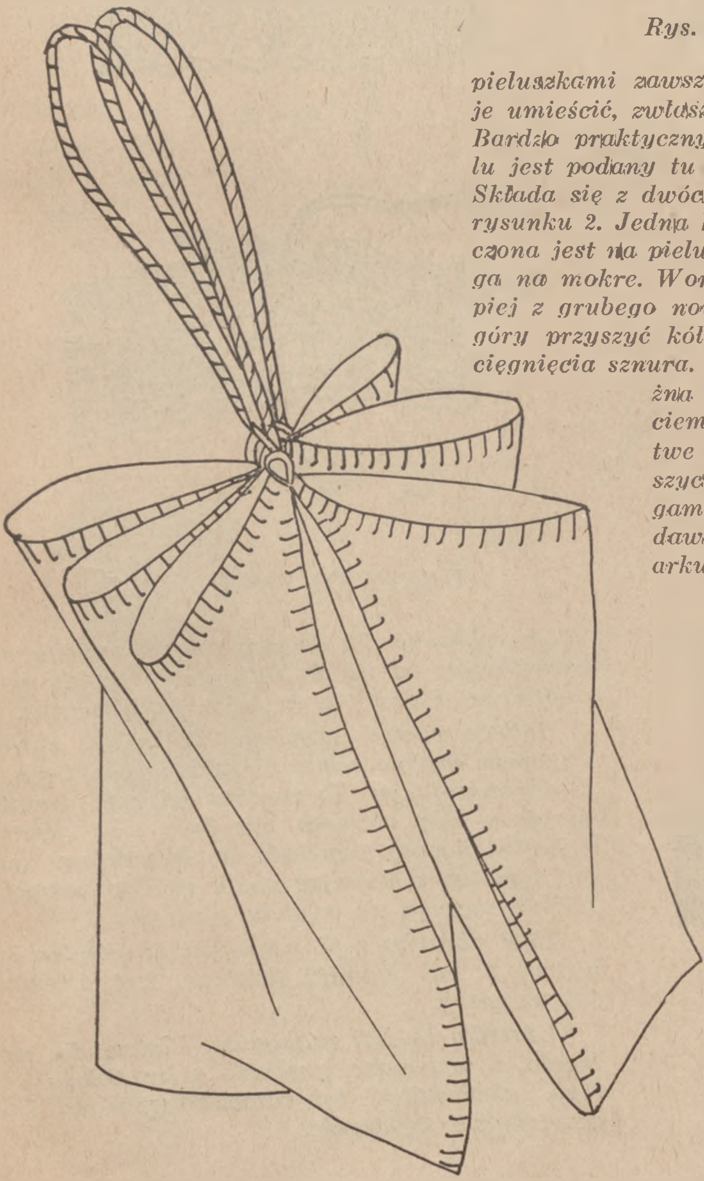
W. Kujawska.

WOREK NA PIELUSZKI.

Z nastaniem ciepłych dni letnich, dzieci nawet najmłodsze są możliwie długo na spacerze. Trzeba więc wyjeżdżając na spacery zabierać dla nich mleczko, bułeczki, a dla najmłodszych pieluszki. Z pieluszkami zawsze kłopot, gdzie je umieścić, zwłaszcza zmoczone? Bardzo praktycznym dla tego celu jest podany tu worek, rys. 1. Składa się z dwóch części, jak na rysunku 2. Jedna kieszeń przeznaczona jest na pieluszki suche, druga na mokre. Worek uszyć najlepiej z grubego nowego płótna, u góry przyszyć kółeczka do przeciągnięcia sznura. Worek taki można ozdobić wyszyciem kolorowem (łatwe wzory na wyszycia różnemi ściegami będą stale podawane na naszych arkuszach wzorów).

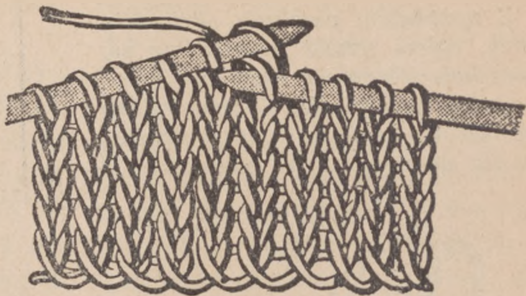


Rys. 2.

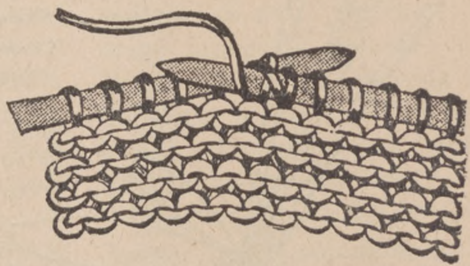


Rys. 1.



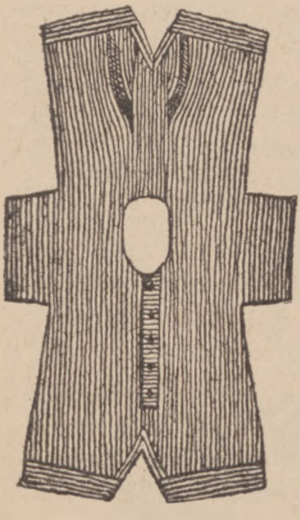


Rys. 3.



Rys. 4.

UBRANKO TRYKOTOWE



Rys. 2.

Na ubranko dla dziecka 18-miesięcznego potrzeba wziąć od 150 do 170 gramów wełny czteronitkowej i druty o średnicy 4 milimetrów.

Należy wyciąć najpierw dokładny patron z papieru według schematu podanego na rys. 2 i dopasować go do wzrostu dziecka. Uważać przytem, aby ubranko nie było zbyt krótkie w kroku. Robotę przykłada się do patronu spuszczając lub dobierając oczek według potrzeby. Robotę zaczyna się od dołu spodenck.

Caeł ubranko robi się zwykłym ściegiem jak na rys. 3. Dół nogawki obrobiony jest ściegiem jak na rys. 4.

Ubranko to jest praktyczne i łatwe do zrobienia, a wykonane z włóczki zefir koloru żółtego, niebieskiego lub różowego wychodzi bardzo ładnie i szykownie.

1. Sukienka z surowego jedwabiu koloru słomy, wstążka szafirowa. Dół sukienki i dół karczka wymereżkowane.

2. Sukienka z żółtej satyny. Kołnierzyk i pasek białe.



4. Sukienka strojna z jedwabnego płótna, przybrana niebieskiemi wstążkami i różnemi kwiatkami.

5. Spodenki z szafirowego welwetu, bluzeczka biała jedwabna, wypustki szafirowe.







3. Ubranko z kolorowego płótna, kołnierzyk i mankieciki białe. Zapięcie z tyłu.

JAK KORZYSTAĆ Z NASZEJ TABLICY KROJU

Dla łatwego orjentowania się w przerysowaniu wybranego modelu służy znaczek oraz cyfry, któremi oznaczona jest każda część składowa ubranka. Arkusz przezroczystej bibułki należy położyć na tablicy, na 4-ch rogach przypiąć szpileczkami i prowadzić ołówkiem po znaczku formy według cyfr. (Na wszystkich rogach formy znajduje się jednakowa cyfra).

Ponieważ długa forma nie mieści się na tablicy, konieczne jest złożenie jej napół, czy na 3 części — takie złożenie kreślimy linją z niejednolitych kresek z napisem: „linja załamania formy" — linje wszystkie należy przerysować na bibułkę, a po zdjęciu z tablicy widoczne jest, że załamaną część trzeba odwinąć i mamy całą długość formy.

Środek pleców i przodu kroić po prostej nitce wzdłuż. Spódniczki marszczona, plisowana i układana w kontrafałdy są z prostych brytów, Kołnierzyki ślicznie leżą skrojone z ukosu — z tyłu szew.

Tablica krojów oddaje paniom, szyjącym w domu, nieocenione usługi, gdyż zamieszczone modele są zawsze ostatnią nowością, oraz piękny najnowszy krój nadaje dziecku, przy umiejętnem wykonaniu, ładny i zgrabny wygląd.

Krojąc materjał — należy dodawać na szwy.

TREŚĆ NUMERU.

Cena prenumeraty: w Warszawie (z odniesieniem do domu) i na prowincji (z przesyłką pocztową) — miesięcznie 1 złoty, — kwartalnie 2 zł. 70 gr.

Wydawca E. Grocholska. Redaktorzy: Dr. R. Barański i W. Pełczyńska.

Drukarnia Rotacyjna. Marszałkowska 148.